



# “全国儿童预防接种日”主题宣传在津举行 老中幼同台诠释“苗助健康”

4月25日,天津市第40个“全国儿童预防接种日”主题宣传活动在天津金茂汇西广场举行。今年宣传主题为“预防接种、苗助健康、全民行动”,旨在引导公众认识疫苗防控疾病的重要作用,树立“自己是健康第一责任人”意识,将健康意愿转化为接种疫苗的实际行动,动员不同年龄段人群主动接种疫苗,守护全人群全生命周期健康。

活动伊始,大屏幕展播了“疫苗守护健康”主题科普视频的获奖作品。一部部精心制作的短片,用生动直观的方式讲解接种知识,吸引不少家长牵着孩子驻足观看。“原来疫苗是这样保护我们的。”一个男孩指着屏幕对妈妈说。

现场同步举办的科普文创成果展示区人气颇高。IP手办、多套印章、冰箱贴、造景贴纸等文创产品,以群众喜闻乐见的形式传播预防接种知识。一位年轻妈妈拿着刚盖好章的明信片笑着说:“这种宣传方式真有趣,孩子也爱看。”

文艺汇演将活动推向高潮。市疾控中心工作人员演唱公益原创歌曲《撑起疫苗的保护伞》,歌声温暖有力;河东区小博士基地幼儿园的小朋友表演少儿舞蹈《爱心大无限》,稚嫩的动作引得台下阵阵掌声;友鹏艺术团带来老年歌舞《阳光路上》,老人们精神矍铄。老中幼三代同台,生动诠释了“预防

接种、苗助健康、全民行动”的主题内涵。同时,现场群众积极参与形式多样的互动游戏。“小小免疫卫士体验”“疫苗知识挑战问答”“疾病退散智慧拼图”“精准防御沙包投掷”等趣味活动,吸引了众多市民排队参与。

## ■ 新闻链接

### 疫苗接种常见问题

问:接种疫苗安全吗?

答:安全。疫苗上市前经过严格临床试验和审批,保证上市获批疫苗的安全性和有效性。在上市后疫苗接种过程中,预防接种工作人员遵循科学、严格的工作规范,确保接种安全。

问:打疫苗后发烧正常吗?

答:低烧(38.5℃以下)、接种部位红肿是正常免疫反应,通常1至2天自行消退。多喝水、休息即可。高烧不退或出现异常及时就医并向接种单位报告。

问:孩子感冒了还能接种吗?

答:轻度上呼吸道感染(无发热)一般可正常接种;发热或症状较重建议暂缓,恢复后尽快补种。接种前告知医生孩子的健康状况,由医生判断。

问:同一天能打多种疫苗吗?

答:可以。国家免疫规划允许同日接种不同部位多种疫苗,安全性已充分考虑,减少往返次数,也减轻孩子的心理负担。

问:自费疫苗需要打吗?

答:自费疫苗如轮状病毒、水痘、手足口病、肺炎球菌等同样安全有效,可根据情况自愿选择。

问:得过某种病,还要打疫苗吗?

答:自然感染产生的免疫力不一定持久,而且感染本身有风险。接种疫苗可以在不患病的情况下获得更稳定保护,大多数情况仍建议按程序接种。具体请咨询医生。

记者 李梅旭

## 风继续吹“连累”气温下降

昨日白天阳光明媚,气温快速上升,15时全市大部分地区气温在26℃左右。今日白天阴转多云,风力逐渐增大,东北风4至5级,阵风7级。傍晚风力逐渐减小。夜间多云转晴,最高气温降至22℃,最低气温12℃。今日花粉过敏气象指数为2级。市民外出需注意防风,远离广告牌等临时搭建物,谨防高

空坠物。

明日晴间多云,白天风力不减,西北风4至5级,阵风7至8级,最高气温22℃,最低气温12℃。下周二多云转晴,北风3至4级,阵风6级,最高气温23℃,最低气温13℃。

下周三晴间多云,微风,最高气温回升至25℃,最低气温

13℃。下周四晴天延续,西南风3至4级,最高气温升至29℃,最低气温15℃。

“五一”假期首日晴转多云,第二日天空转阴,有东风3至4级,两日最高气温均为23℃,最低气温14℃至18℃。假期前两天天气总体适宜出行,但气温略有波动,请及时关注临近预报。 记者 王婷

## 洗得越勤越“干净”? 海绵里藏了个“菌团”

说起家中卫生死角,很多人会想到马桶、垃圾桶。但厨房里天天用的洗碗海绵,才是被忽略的“细菌重灾区”。

市民王小天就遇到了这样的烦恼。年初买的网红清洁海绵,每次洗碗后顺手擦拭灶台和水池,可时间一长,海绵总散发异味,反复清洗也很快又油腻。

检测人员对海绵进行微生物检测,结果惊人:这块海绵上附着的细菌种类超过360种,每立方厘米细菌数高达540亿个。相比之下,马桶圈周围细菌总数仅约3000万个。

为何洗碗海绵成了细菌“温床”?河北工业大学能源与环境工程学院副教授王美艳解释,海绵内部疏松多孔,能快速吸水、起泡,但也为细菌营造了绝佳生存环境。

“切过生肉的案板、沾满油污的炒锅、残留食物残渣的碗盘,都会用同一块海绵清洁。”王美艳说,不同物品上的细菌全部聚集到海绵上,导致种类多、数量大。海绵使用后常处于湿润状态,无法快速彻底干燥,为细菌快速滋生提供了条件。

更让人担忧的是,海绵上的细菌很难被彻底清除。在食物残渣持续“补给”下,海绵表层会形成生物膜,使抗菌成分失效。即使用高浓度洗洁精、酒精浸泡,或用热水、微波炉高温处理,也很难将微生物量减少一半以上。一旦回到厨房环境,残留微生物会迅速繁殖。

如何正确使用洗碗海绵?王美艳建议:使用后及时洗净挤干,尽量保持干燥;海绵油迹斑斑、无法洗净,立即更换;即使看起来干

净,也最好1至3个月更换一次。

科研人员介绍,结构单一的洗碗刷,不易附着微生物,使用后也更容易甩干、清洁。实验表明,同样环境中,洗碗刷的细菌聚集水平明显低于海绵,沙门氏菌在刷子中死亡速度更快。

一次性厨房抹布(无纺布或木浆棉材质)能有效避免微生物滋生,但不建议使用传统棉质抹布,同样容易滋生微生物。喜欢海绵手感的人,可考虑木浆海绵,它大孔隙且速干,用后会迅速变干变硬,不易滋生细菌。

专家提示,任何重复使用的清洁用品都要勤更换。正确清洗和存放餐具也很关键:吃完立即倒掉残渣,用洗洁精水清洗,再用清水冲净,最后立起来放在通风处沥干。 记者 李岩 李欣



## 荧屏早知道

### 电视剧

#### ■ 文艺频道

19:00 多彩剧场:娘心(37—39)

美珍找人收拾明玉和明珠,明辉看见了跟她说蔡招弟和天宝让自己来找她,还把火柴盒让美珍看了,美珍看了火柴盒说自己会去找他们的,让他们以后不要再来找自己了。明辉回到家天宝和蔡招弟正在喝酒,天宝生气说美珍竟然摆这么大谱。

### 专题

#### ■ 天津卫视

21:20 非你莫属

《非你莫属》迎来三位不同人生阶段的求职者,31岁的郑晓,拥有中国传媒大学工商管理专业硕士学历力求转型;32岁的王杨,毕业于重庆大学城市科技学院,面对职场转型的选择,他依旧坚持把兴趣爱好当作职业来深耕;今年40岁的王帅,毕业于沈阳建筑大学自动化专业,拥有17年的销售从业经验。他们带着各自的职场期待,在这里寻找属于自己的新机遇!

### 电视节目表

#### ■ 天津卫视

19:30 剧场:工人大院

21:20 非你莫属

#### ■ 新闻频道

18:30 天津新闻

18:57 都市报道60分

#### ■ 文艺频道

19:00 多彩剧场:娘心

21:20 相声大会

#### ■ 影视频道

19:00 强档剧场:烽火双雄

22:00 晚间剧场:爱无悔

#### ■ 都市频道

18:53 消费者

21:10 都市生活剧场:熟年

#### ■ 体育频道

18:00 旗开得胜

21:25 直播:德甲联赛第31轮 斯图加特VS不莱梅

#### ■ 教育频道

19:25 问律师

20:10 百医百顺

(节目如有变动 以当天播出为准)

### 明日演艺

★剧目:相声专场

明日19:30 名流茶馆

★剧目:相声专场

明日19:30 谦祥益文苑

★剧目:相声专场

明日19:30 天津市西岸相声剧场

★剧目:相声专场

明日19:30 民园相声茶馆

★剧目:相声专场

明日19:30 眼都青年相声剧场

★剧目:相声专场

明日20:00 武清怡笑坊相声会馆

(么家佳)